



## Informationsblatt

# Nr. 23 Fahrbarer Mittagstisch

---

**Wenn Sie selbst nicht mehr täglich kochen können, aber gerne einmal am Tag etwas Warmes essen möchten...**

**Der Fahrbare Mittagstisch wird täglich oder wöchentlich direkt in die Wohnung geliefert. Er ist von unterschiedlichen Anbietern wie Wohlfahrtsverbänden oder privaten Firmen erhältlich, unter deren Angeboten man sich das Passende auswählen kann.**

Neben der täglichen Mittagsmahlzeit haben viele Anbieter auch Weiteres zu bieten, z.B. kalte Platten, Frühstück, Abendbrot, Salate, Kuchen, Torten, Eis, Getränke.

### **Auswahlmöglichkeiten**

Bevor man zwischen den Anbietern auswählt, sollte man sich genau überlegen, welche Form als die geeignete erscheint.

#### Warmlieferung

Das warme Essen kann täglich geliefert werden. Dadurch sind beispielsweise auch frische Salate möglich. Bei der täglichen Anlieferung muss man damit rechnen, dass das Essen zu einer Zeit gebracht wird, die nicht in den gewohnten Tagesrhythmus passt. Es kommt häufig zu früh oder zu spät, da die Auslieferer einen Wunschtermin in der Regel nicht berücksichtigen können. Das Essen muss häufig über einen längeren Zeitraum warmgehalten werden. Die meisten Anbieter stellen dazu ein Warmhaltegerät zur Verfügung. Das Gerät kann gegen Gebühr gekauft oder geliehen werden. Die Bestellung für warmes Essen muss nicht für jeden Tag erfolgen, sondern kann beispielsweise auf drei Mahlzeiten pro Woche reduziert werden.

#### Tiefgefrorenes Essen in Menüschalen

Die Lieferung erfolgt in der Regel einmal in der Woche. Für das tiefgefrorene Essen wird ein Tiefkühlschrank zur Aufbewahrung und ein Backherd oder eine Mikrowelle zum Erhitzen benötigt. Es gibt dazu auch Extrageräte, die beim Anbieter geliehen werden können. Der Vorteil ist, dass das Essen zur gewünschten Zeit, unabhängig von der Lieferung, zur Verfügung steht. Gleichzeitig besteht die Möglichkeit, spontaner zu entscheiden, was man essen will, da man unter den Vorräten auswählen kann.

## Tiefgefrorenes Essen in Kochbeuteln

Anders als bei den Menüschalen sind in den Kochbeuteln alle Menüteile, wie beispielsweise Fleisch mit Soße, Gemüse, Kartoffeln oder Reis einzeln verpackt. Die Teile können untereinander ausgetauscht und beliebig kombiniert werden. Sie müssen ca. 35 Minuten in einem Topf mit siedendem Wasser erhitzt werden. Das Hantieren erfordert Griffsicherheit.

## Unterschiedliche Kostformen

Alle Anbieter haben unterschiedliche Kostformen, egal ob das Essen frisch oder tiefgekühlt geliefert wird. Man kann zwischen Vollkost, Schonkost, unterschiedlichen Diäten (z.B. Diabeteskost, natriumverminderte Kost, cholesterinarme Kost), Minimenüs (kleinere Portionen) und vegetarischer Kost wählen. Auf Wunsch wird das Essen auch püriert. Nicht jeder Anbieter bietet das gesamte Spektrum sowohl warm als auch tiefgekühlt an. Bei der Tiefkühlkost gibt es vom Lieferer fest zusammengestellte Wochenkartons oder das „Menü à la carte“, bei dem der Wochenspeiseplan selbst zusammengestellt werden kann. Bei tiefgekühlter Kost oder Kochbeuteln besteht die Möglichkeit, Kartons mit verschiedenen Geschmacksrichtungen wie beispielsweise internationale Gerichte, Süßspeisen oder Eintöpfe zu bestellen.

## Wer die Wahl hat, hat die Qual...

Wichtig bei der Auswahl eines geeigneten Anbieter ist es, sich zunächst über die eigenen Wünsche klar zu werden und dann zu schauen, ob es einen Anbieter gibt, der den eigenen Wünschen am nächsten kommt. Die Preise sind ein Kriterium, das bei der Wahl berücksichtigt werden sollte. Auch bei den Gebühren für die eventuell benötigten Zusatzgeräte (Warmhaltegeräte, Tiefkühlschränke, Mikrowellen) gibt es Unterschiede. Es besteht unter Umständen die Möglichkeit, Zuschüsse beim Sozialamt zu beantragen. Dieses hängt in erster Linie von der Höhe Ihres Einkommen und Vermögens ab. Lassen Sie sich bei dem für Sie zuständigen Sozialamt beraten.

Der Mittagstisch kann in der Regel jederzeit wieder abbestellt werden. Erkundigen Sie sich vorher nach den Vertragsbedingungen (Bestellmodalitäten, Kündigungsfristen). Wer Abwechslung wünscht, kann auch von Zeit zu Zeit den Anbieter wechseln.

Ausführliches Informationsmaterial können Sie bei den Anbietern direkt telefonisch anfordern.

---

**Weitergehend beraten Sie gern die Dipl. Sozialarbeiterinnen des  
Pflegestützpunktes im Rathaus Spandau  
Carl-Schurz-Str. 2-6, 13578 Berlin  
Tel.: 90 279 2026 / Fax: 90 279 7560  
E-Mail: [pflegestuetzpunkt.spandau@evangelisches-johannesstift.de](mailto:pflegestuetzpunkt.spandau@evangelisches-johannesstift.de)**

Stand:08/04